Rok 1. Bytom, Górny Śląsk, marzec 1920 Nr. 3.

ORĘDZIE SOKOLE

CZASOPISMO DLA CZŁONKÓW ZWIĄZKU SOKOŁÓW POLSKICH
DZIELNICY ŚLĄSKIEJ.

Od 1. 4. 1920 wynosi przedpłata »Orędzia« 30 fen. za numer.

Redakcja i Administracja mieszczą się w Sekretarjacie przy Wydziale Dzielnicowym.

Adres Redakcji i Adm.: **A. Świder, Bytom** (Beuthen O.-S.), **ul. Gliwicka 10** (Hotel Lomnitz).

Od Wydziału Okręgowego.

1. Zjazd Delegatów Związku Sokołów Polskich, Okręg VI. (śląski), który w dniu 28. lutego rb. miał się odbyć, a z powodów od nas niezależnych się nie odbył, zwołujemy na **czwartek, 25-go marca rb.** (w święto Zwiastowania N. M. P.) Porządek obrad został podany w przeszłym numerze »Orędzia«.

Wszystkie gniazda dotychczas istniejące powinne wysłać na Zjazd swych delegatów. Przypominamy raz jeszcze wydziałom gniazd, żeby do dnia Zjazdu zapłaciły składkę okręgową za rok 1919 po 50 fen. od członka wedle ilości członków w dniu walnego zebrania. Pieniądze należy przesyłać wprost na ręce druha Tomasza Kowalczyka, Katowice, ul. Beaty 16.

2. Zakładanie nowych gniazd. Nie wolno zakładać nowych gniazd bez porozumienia się i pozwolenia Wydziału Okręgowego. Żądamy stanowczo od wszystkich członków »Sokoła« usłuchania tego rozkazu. Osoby nie należące do »Sokoła«, powinne dać dowód karności, jeżeli gniazdo chcą założyć.

3. Nie wolno podczas ćwiczeń przebywać na sali ćwiczeń druhom lub gościom, nie biorącym udziału w ćwiczeniach. Naczelnik jest zobowiązany zawezwać obecnych do szeregu, albo poprosić o opuszczenie sali. Palenie podczas ćwiczeń jest bezwarunkowo zakazane. Naczelnicy powinni dbać o karność drużyny pod każdym względem.

4. »Orędzie Sokole« otrzymują gniazda dla wszystkich członków do 1. kwietnia rb. bezpłatnie. Od 1. kwietnia wynosić będzie przedpłata za pojedyńczy numer »Orędzia« 30 fen. Wydziały gniazd odbiorą wedle podanej liczby członków odpowiednią ilość »Orędzia«, które Sekretarjat będzie wysyłał za zaliczką. Abonament organu jest obowiązkowy. Zresztą nie bardzo to dobry Sokół, który swego organu nie czyta.

5. Wieczory ćwiczebne, dodatek techniczny do »Orędzia«, otrzymają wszyscy członkowie »Sokoła« Dzielnicy Sląskiej, którzy biorą udział w ćwiczeniach. Wysokość abonamentu wynosi 30 fen. za numer. »Wieczory ćwiczebne« (format kieszonkowy) wychodzić będą wedle potrzeby.

6. Zmiana adresu Sekretarjatu. Biuro Sekretarjatu znajduje się obecnie w Bytomiu przy ulicy Gliwickiej 10 (Hotel Lomnitza). Biuro otwarte codziennie, prócz niedziel i świąt, od godz. 9—1 przed i od godz. 3—6 po południu.

7. Przyjęto do Związku Sokołów Polskich **Okręg VI** (śląski) następujące nowozałożone gniazda: 1) Załęska Hałda, okręg katowicki, 2) Michałkowice, okręg katowicki 3) Wirek, okręg król.-hucki, 4) Lasowice, okręg tarnogórski, 5) Nowy Radzionków, okręg tarnogórski, 6) Rudne Piekary, okręg, tarnogórski, 7) Orzech, okręg tarnogórski, 8) Wodzisław, okręg rybnicki, 9. Niedobczyce, okręg rybnicki, 10) Czyżowice, okr. rybnicki, 11. Radoszów, okręg król.-hucki, 12. Murcki, okr. mysłowicki, 13. Pyskowice, okręg gliwicki. — Razem gniazd w Dzielnicy Sląskiej 95.

8. Zebrania gniazd. Zdarzył się w pewnem gnieździe wypadek, że obecny na walnem zebraniu gniazda pewien gość, nieczłonek »Sokoła«, wygłosił mowę do drużyny i potem przy wyborach nowego zarządu został proponowany na kandydata prezesa. Pominąwszy już to, że nieczłonek »Sokoła« nie może się odzywać w dłuższych przemówieniach do drużyny naszej, zwracamy wydziałom gniazd uwagę na to, że pod żadnym warunkiem nie wolno osobom poza »Sokołem« stojącym brać udziału w rozprawach i dyskusjach, dotyczących wewnętrznych spraw Sokolstwa.

9. Ustawy Towarzystw Sokolich są znowu do nabycia w Sekretarjacie. Gniazda,

które wskutek wyczerpania nie otrzymały ustaw, niech takowe zamówią w Sekretarjacie.

10. Sokołówek przepisowych dostarcza druhna Marja Glazowska, Piekary, Kalwaryjska nr. 7.

CZOŁEM!

Wydział Związku Sokołów Polskich Okręg VI (śląski)

Michał Wolski, prezes. Stanisław Weber, pisarz.

Pokwitowanie składek za 1919 r.

W dalszym ciągu zapłaciły składki za rok 1919 następujące gniazda:

Knurów	za 56	członków	mk.	28.—
Makoszowy	„ 44	„	„	22.—
Dąb-Józefowiec	„ 162	„	„	81.—
Bytom	„ 123	„	„	61.50
Boguclce	„ 100	„	„	50.—
Bielszowice	„ 70	„	„	35.—
Gierałtowice	„ 40	„	„	20.—
Bykowina	„ 81	„	„	40.50
Bobrek	„ 64	„	„	32.—
Katowice	„ 59	„	„	29.50
Ruda	„ 300	„	„	150.—
Królewska Huta	„ 106	„	„	53.—
Roździeń-Szopienice	„ 168	„	„	84.—
Janów	„ 80	„	„	40.—
Rokietnica	„ 25	„	„	12.50
Frydenshuta	„ 92	„	„	46.—
Orzegów	„ 80	„	„	40.—
Tychy	„ 30	„	„	15.—
Nowawieś	„ 63	„	„	31.50
Łagiewniki	„ 162	„	„	81.—
Zaborze	„ 246	„	„	123.—
Brzeziny	„ 100	„	„	50.—
Ligota Zabrska	„ 37	„	„	18.50
Wielka Dąbrówka	„ 112	„	„	56.—
Radzionków	„ 186	„	„	93.—
Niem. Piekary	„ 130	„	„	65.—
Stare Chechło	„ 20	„	„	10.—
Szarlej	„ 255	„	„	127.50
Halemba	„ 70	„	„	35.—
Stary Bieruń	„ 42	„	„	21.—
Łabęty	„ 60	„	„	30.—
Nakło	„ 33	„	„	16.50
Brzozowice	„ 81	„	„	40.50
Kochłowice	„ 112	„	„	56.—
Mała Dąbrówka	„ 197	„	„	98.—
Wielki Chełm	„ 77	„	„	38.50

Wstępne do Związku nadesłało gniazdo St. Bieruń mk. 5.— i Radlin mk. 5.—.

Niżej wymienione gniazda zapłaciły mniejszą składkę, jak sprawozdanie roczne wykazuje i uprasza się, aby za resztę członków składkę nadesłały. Są to gniazda: Orzegów winien jeszcze za 50, Katowice za 10, Nowawieś za 4, Swiętochłowice za 91, Bielszowice za 20, Brzezinka za 6, Podlesie za 30, Roździeń za 12 członków. Za 1919 r. płaci się od każdego członka, obojętnie czy to druh albo druhini, 50 fen.

Gniazda zalegające ze składkami, uprasza się o natychmiastowe przesłanie pieniędzy pod moim adresem. Można przekazywać na moje konto czekowe w Wrocławiu nr. 30 193.

Tom. Kowalczyk, skarbnik,
Katowice, ulica Beaty 16.

Sprawozdanie kasy druków i formularzy.

W roku 1919 kazali drh. Weber i Dreyza wykonać na własną odpowiedzialność druków dla organizacji naszej za	mk.	3761.95
Do końca roku zebrano i zapłacono na dług	„	2442.45
Na rok 1920 przeszło długu . .	mk.	1319.50
Druh Weber wpłacił jako resztę wykazanej gotówki ze sprzedaży	„	340.90
Druh Świder przejął długu . . .	mk.	978.60
które zapłacił dnia 25. 2. 1920 r.		
Wedle sprawozdania druha Świdra wpłynęło do kasy druków sokolich od objęcia sekretarjatu do dnia 25. 2. 20	„	1040.75
Z tego zapłacił druh Świder wyżej wykazane	„	978.60
Pozostaje gotówki	mk.	62.10

Oprócz tego przejął druh Świder następujące zapasy druków, które mają wartość sprzedaży

mk. 5498,55

wedle poniżej wykazanego zestawienia. Na wyżej zestawioną liczbę ma druh Swider długu w drukarni mk. 215,—, a od gniazd do żądania za wydane druki na kredyt mk. 278,25.

Przejęty inwentarz w dniu 25. 2. 20:

1. Ćwiczenia:		
lancą 1368 egz. à 50 fen. . .	mk.	684.00
maczugami 1670 egz. à 50 fen.	„	835.00
wolne 1415 egz. à 50 fen. . .	„	707.50
wywijadłami 1722 egz. à 50 fen.	„	861.00
2. Książeczki zastępowe 590 egz. à 75 fen.	„	442.50
3. Ustawy związk. 615 egz. à 50 fen.	„	307.50
4. Musztra 1618 egz. à 1.— mk. .	„	1618.00
5. Karty legitym. 287 egz. à 15 fen.	„	43.05
Razem	mk.	5498.55

Stanisław Weber, pisarz okręgowy. Aug. Świder, kierownik sekretarjatu.

Zgodność poświadcza z polecenia Wydziału Okręgowego:

T. Kowalczyk,
skarbnik okręgowy.

Gimnastyka a sport.

Po rozluźnieniu obręczy rządów niemiecko-pruskich na Górnym Śląsku nabrało społeczeństwo cokolwiek tchu, klatka piersiowa się wzdęła i lud polski zaczyna łatwiej i swobodniej oddychać. Wskutek tego wolna myśl, chęć do pracy umysłowej i fizycznej, mięśnie rąk i nóg, dotąd trzymane jakby na łańcuchu prawa niemieckiego — szukają upustu w tym lub owym kierunku. Stąd powstawanie nowych Tow. gimnastycznych »Sokół« po miastach i wioskach, i stąd chęć tworzenia klubów sportowych. Nazwy te kierunku uprawiania ćwiczeń fizycznych słyszymy w obecnym czasie bardzo często. Czem jest gimnastyka, o tem wszyscy wiemy, czem zaś jest sport, o tem nie wszyscy mają pojęcie. W celu przypomnienia pozwolę sobie w krótkich słowach objaśnić, co jest gimnastyka i jej cel, a czem jest sport.

Uprawianie gimnastyki jest jej przedewszystkiem wiekowe istnienie, szerokie i łatwe zastosowanie we wychowaniu szkolnem, wojskowem i w towarzystwach. Do takich organizacji na całym świecie należą już miljony mężczyzn i kobiet. W tych organizacjach są dziś tysiące inteligentnych, pełnych sił jednostek, o silnych, prostych i otwartych charakterach, tak że towarzystwa gimnastyczne są nietylko silnym czynnikiem w rozwoju wychowania fizycznego, ale stanowią również najodpowiedniejsze pole, na którem się wyrównują różnice socjalne, stanowe, i rozwijają się szlachetne przymioty charakteru. W tym kierunku wychowywały gniazda sokole pokolenia ludu polskiego w niektórych dzielnicach Polski. Z tego posiewu wyszły postacie żołnierza polskiego i zaczątki naszej armji polskiej. Z tego posiewu wyszły i subtelne mózgi — czyste i silne jak stal charaktery.

Zaś kluby sportowe mają także wspólne i dodatne cechy z gimnastyką, ale i wady. N. p. za wielkie specjalizowanie się w pewnych kierunkach, brak starszych doświadczonych kierowników, którzyby miarkowali gorączkę sportowców, rozdzielanie się na drobne kluby, brak wyjaśniającej pracy duchowej dla poszczególnych członków, jak również dla szerszej publiczności, podczas gdy zawody stanowią jedyną pracę klubów sportowych. Wielu jest zdania, że gra w piłkę nożną jest sportem — a uprawianie ćwiczeń wolnych i ćwiczeń na przyrządach jest gimnastyką.

To jest pogląd mylny. Sportem bowiem są te wszystkie ćwiczenia, które wykonywamy z zamiarem specjalizowania się w nich. Przedstawmy to na przykładzie: Pochód jest, jak wiadomo, ćwiczeniem cielesnem. Chodzi jednak ktoś w tym celu, ażeby doprowadzić do nadzwyczajnych wyników, będzie już sportem. Chodzi jednak ktoś tylko w celu zdrowotnym, bez zamiaru doprowadzenia do nadzwyczajnych wyników, ten uprawia gimnastykę.

Z przykładu tego widzimy, że ćwiczenia cielesne mogą być tak dobrze gimnastyką, jak i sportem. Widzimy również, że chociaż na sport patrzymy jeszcze z ukosa, to jednak często sami uprawiamy sport nieświadomie.

Przypatrzmy się bliżej naszym ćwiczeniom w salach i na boiskach gimnastycznych. Nieomal każdy z gimnastyków ma swój ulubiony przyrząd: jeden drążek, drugi poręcze, trzeci kółka, inny ciężary itd. Każdy stara się na owym przyrządzie wyćwiczyć w najtrudniejszych ćwiczeniach i prześcignąć innych. Ci wszyscy uprawiają sport, a nie gimnastykę.

Teraz popatrzmy na boisko sportowe, np. klubu piłkarzy. Tam spotykamy grupę młodych ludzi, ubranych w klubowe kolory, uprawiającą sportowo piłkę nożną z zamiarem wytrenowania się do nadzwyczajnych wyników. Grupa ta liczy 11—16 członków. Są jednak kluby np. w Anglii i Ameryce, liczące kilkaset członków. Czy wszyscy ci członkowie uprawiają nożną piłkę dla sportu? Nie! Są grupy starszych członków, które uprawiają piłkę nożną jedynie z uwagi na »odtłuszczenie, wzmocnienie nóg, zregulowania akcji serca i płuc, wzmocnienie siły trawienia«, a inni z uwagi na ogólny zdrowotny stan organizmu. Ci nie uprawiają nożnej piłki dla tego, ażeby innych w tem ćwiczeniu przewyższyć, ale tylko ze względów zdrowotnych. Ci członkowie klubu sportowego nie uprawiają sportu. Oni uprawiają gimnastykę ubraną w formę piłki nożnej.

W innych klubach sportowych, jak wioślarskich i szermierczych, większa część członków uprawia gimnastykę jako zabawę, a jednak z pobudek zdrowotnych. Tylko mniejsza część członków uprawia »sport«.

A w klubie wioślarzy! Aż serce rośnie, gdy ujrzymy całą kolonię ogorzałych od słońca wioślarzy, rozlegujących się na brzegu wody. Jedni wylegują się na słońcu, inni chłodzą się kąpielą, inni ćwiczą się w tempach pływackich itd.

Oto co nam Sokołom brakuje: słońca, wody i świeżego powietrza. Jak wielki z tego dla organizmu pożytek! A iluż to pływaków między nami Sokołami? Są liczne ćwiczenia gimnastyczne, które dla tego, że je uprawiają kluby sportowe, wzbudzają w nas nieusprawiedliwiony wstręt. Wstręt ten musimy przezwyciężyć. Chód szybki i wytrwały, bieg, skok na wolnem powietrzu, wiosłowanie, gry itd. są ćwiczeniami gimnastycznymi, którymi wzmacniamy organizm cały, tudzież szczególnie serce i płuca; tym ćwiczeniom poświęćmy tyle czasu, ile ćwiczeniom gimnastycznym w sali. Gimnastycy starożytni nie znali innych, jak te właśnie ćwiczenia, a posiadali tak piękne kształty ciała, że pozostały nam po dziś dzień wzorem. Uprawiajmy gimnastykę tak, ażeby mięśnie jak i organa wewnętrzne równomiernie wzmocnić czystem powietrzem. Na lato do naszych rozkładów ćwiczebnych włączmy takie ćwiczenia, które wymagają przebywania na wolnem powietrzu.

Niech się w Sokole łączy wszystko to, co dąży do wychowania młodzieży pod względem fizycznym wszechstronnie, a załużymy sobie na wdzięczność społeczeństwa i zdobędziemy tysiące młodzieży, która dziś wzrok zwraca ku klubom sportowym. — Sport a gimnastyka, to w zasadzie jedno i to samo; dążmy więc do tego, aby jedno i drugie było racjonalnie uprawiane i pielęgnowane.

Józef Dreyza.

Umiejmy walczyć.

Życie nasze jest ciągłą walką. Narody walczą o istnienie swoje, rodziny walczą o byt, a jednostki — przedewszystkiem Sokoli — mają prowadzić nieustanną walkę celem uszlachetnienia popędów. Walka to wielka, lecz zarazem i przynosząca plon obfity w ostatecznem zwycięstwie. Jeśli człowiek potrafił zamienić wątły kłos trawy w mąkodajne ziarno zboża, również powinien potrafić przekształcić swój charakter, np. gwałtowność w odwagę i przedsiębiorczość, zarozumiałość w godność osobistą i. t. p. Człowiek uparty, chciwy lub leniwy może się przekształcić, mając wolę, na skromnego i pracowitego obywatela, który tak, jak przedtem wadami swemi szkodził społeczeństwu, cnotami swemi umie uszczęśliwić otoczenie swoje. Nie można tego jednak uzyskać bez walki i zawodów, ale jeśli się chce, to się może dojść do zwycięstwa. Tak, jak człowiek ujarzmił i oswoił konia dzikiego, podał go swej woli i zaprzęgł go do wozu, tak może poskromić i swe namiętności i zmusić je do poddania się rozsądkowi i kierownictwu rozumu.

Może ktoś mi odpowie: Ach, ile razy miałem na myśli ten lub ów zamiar, lecz zawsze mi brakło sił, aby go wykonać! To prawda! Ale też właśnie dlatego trzeba nam to wywalczyć! Zwycięstwa, które wpadają „tak z przygody“ do naszych rąk, nie są żadnymi zwycięstwami, tylko mydłem i iluzją ducha naszego. Dobry Sokół - gimnastyk na przykład, on wie, ile go kosztowało potu, trudu, pracy, ile go walki kosztowało to, czem się dzisiaj szczycić może, t. j. pięknie wykonanymi ruchami gimnastycznymi. Pierwszy raz, gdy stanął do szeregu, lub gdy skoczył na drążek, ciało jego nie było posłuszne jego woli, lecz on powiedział sobie: Ja muszę się nauczyć, tak, jak mój naczelnik się nauczył. Dzisiaj, po latach walki i pracy, ten sam, który kiedyś nie umiał się obrócić w prawo, który nie umiał wciągnąć się o własnej sile na prężnik, ten sam jest naczelnikiem i uczy znów innych tego, czego on się nauczył.

To jest prawdziwe zwycięstwo! To samo można powiedzieć pod względem przekształcenia naszego charakteru. Najlepsi i najsprawiedliwsi popełniają nieraz błędy, których się potem sami wstydzą. Odczuwają chwilami, jakby musieli popełniać czyny złe. Nie znaczy to nic, jeśli tylko się sami nie oszukujemy i jeśli śmiało sporzymy prawdzie w oczy t. j. jeśli przyznamy się, żeśmy źle postąpili i jeśli będziemy starali się zwalczać swe porywy.

Umiejmy przedewszystkiem walczyć w jednym kierunku: Pokochajmy wszystko, co jest nasze, co jest polskie! Albowiem to, co nam daje Polska, jest zawsze i pod każdym względem lepsze niżeli to, co nam może dać obczyzna. Polska jest naszą jedyną matką, a tylko przecież matka może nam dać co dobrego i pożytecznego! Nie gniewaj się więc na Polskę, gdy widzisz, że niemieckie „turnvereiny“ posiadają najnowszego gatunku sprzęta do ćwiczeń, a ty, w „Sokole“ zmuszony jesteś ćwiczyć na przyrządach, które bardzo często Sokoli sobie sami zrobili. Lecz pamiętaj, że to, co posiadasz, to jest twoje, swojskie i polskie, gdy tymczasem „turnvereiny“ tylko dzięki temu, że gminy i miasta przeznaczały szalone sumy dla nich, kąpią się dzisiaj w blaskach cudzego grosza i obcego majątku. Polskie rady gminne położyły jednakowóż tamę niesprawiedliwemu przewyższaniu niemieckich turnvereinów, a wskutek tego okazuje się, iż tak zwany „większy porządek“ w niemieckich towarzystwach nie jest niczem więcej, jak tylko blagą i okłamywaniem samych siebie.

Umiejmy więc przedewszystkiem walczyć pod względem narodowym, pokochajmy wszystko, co polskie, co szlachetne, uczciwe i otwarte, bo walcząc niezmordowanie o nasz byt narodowy, walczymy przecież o nasze najświętsze prawa: o wolność i sprawiedliwość.

Sfinks.

Konieczność zakładania boisk do gier
dla Sokolstwa i młodzieży w miastach i gminach.

Stworzenie boisk do gier, któreby w niedalekiej odległości od śródmieścia leżały, natrafia w większych miastach na coraz większe trudności. Zaniedbania w tym kierunku natrafiają dzisiaj już na wielkie przeszkody.

W tej sprawie niech zarządy i przedstawiciele miast i gmin pomyślą, ażeby kiedyś nie powstały szkody pod względem zdrowotności przyszłych obywateli. Co dotyczy sprawy dania sposobności do gier i zabaw na świeżem powietrzu, dla doroslych i młodzieży, powinne zarządy miejscowe przy większych miastach stworzyć więcej miejsc do zabaw wśród gęsto zaludnionych dzielnic. Boiska te są koniecznie potrzebne dla tej młodzieży, która skazana jest na gonitwy i uganiania po ulicach, smrodliwych, ciemnych i ponurych podwórzach, w gankach lub ciasnych izbach. Zastąpić tych boisk nie można dziedzińcami lub placami szkolnymi, gdyż zazwyczaj szkoły boisk nie posiadają, a jeśli mają to tylko w bardzo szczupłych rozmiarach. Dla tego powinne miasta rychło zadecydować utworzenia boisk, dopóki jeszcze dysponują wolnymi placami.

Nie wyklucza to jednak, iżby do zabaw dla młodzieży otwierano place przy szkołach w czasie wolnym po południu. Przeciwnie. Boiska-place przy gmachach szkolnych powinny być bezustannie otwarte dla młodzieży danej szkoły, ażeby mogła uprawiać samodzielnie gry wszelkiego rodzaju. Również bezwarunkowo przy budowaniu nowej szkoły powinno każde miasto i gmina zakładać tuż obok szkoły boisko obszerne, licząc 3 kwadratowe metry na jednego ucznia, a w najgorszym razie $1^1/_2$ kw. metra.

Boisko wielkie, przeznaczone do właściwych gier i sportowych ćwiczeń, które zakłada się zwykle po za miastem, powinno się w takiej odległości umieścić, ażeby spacer do nich nie był przedługiem. Boiska te muszą już ściśle uwzględniać wymiary, których wymagają wszelkie rodzaje gier i ćwiczeń, tudzież pewna liczba okolicznej młodzieży. Zasadniczo na 2000 młodzieży musi być boisko obejmujące 2 ha pola (8 mórg)

(Dok nast.) *Józef Dreyza.*

Zawody gniazdowe na uroczystość poświęcenia sztandaru gniazda Gliwice

dnia 2-go maja 1920.

A. Dla druhów pięciobój komb.
1. bieg płaski na 100 metrów,
2. skok w wyż z rozbiegu,
3. rzut kulą $7^1/_4$ kilo,
4. dwa układy na drążku,
5. dwa układy na poręczach.

B. Dla druhiń trójbój:
1. bieg płaski na 60 metrów,
2. podbijanie piłki rondersowej,
3. ćwiczenia wolne zeszłoroczne (jeden obraz w dniu zawodów na boisku).

Do A 4: I. układ: Nachwytem wychwyt łącznie kołowrot wstecz w podporze przodem i opad do zwieszenia, wychwyt łącznie kuczka. — II. układ: Nachwytem wspieranie zamachem, krótki wychwyt, przemyk do zwieszenia i włącznie podmyk tyłem.

Do A 5: I. Z rozbiegu, w środku poręczy wspieranie zamachem — opust na ramiona i krótki wychwyt — łącznie stanie na barkach — przemach do siadu rozkrocznego — wmach i odwrotka w prawo z $^1/_2$ obrotem w lewo. — II. Z końca poręczy krótki wychwyt do stania na barkach — w przedmachu siad na lewą żerdź przed rękami — $^1/_4$ obrotu w lewo do podporu tyłem pobok i kuczka tyłem.

Z ruchu sportowego.

Udział kolarzy polskich w Olimpjadzie.

Kolarstwo polskie w Olimpjadzie tegorocznej w Antwerpji ma wziąć po raz pierwszy udział i zawiązany w tym celu w Krakowie Wydział kolarski P. K. I. O. rozpoczął już swą działalność.

Nie mając jeszcze szczegółów przyszłych igrzysk w Antwerpji, oparł on swój program na sprawozdaniu z ostatniej Olimpjady w Sztokholmie, gdzie odbył się tylko jeden bieg turystyczny na przestrzeni 315 km, do którego stanęło ogółem 151 zawodników ze wszystkich części świata. Palmę pierwszeństwa zdobył Levis z Południ. Afryki, przebywając tę przestrzeń w 10 godz. 42 m. 39 sek., zaś ostatni z 12 premiowanych, Szwed Ekström w 11 godz. 31 m. $24^1/_{10}$ sek. Jest to czas, jaki uzyskali — a nawet pobijali — i nasi polscy kolarze, nie mamy przeto powodu obawiać się, że Polska na tem polu zostanie bez miejsca.

W maju br. przeto odbędą się w Krakowie zawody kwalifikacyjne, do których staną kolarze z całej Polski, poczem najlepszy materjał z pośród nich zostanie na stałe w Krakowie, musi poddać się tu racjonalnemu trainingowi, a z końcem lipca po ostatecznem zakwalifikowaniu odjadą najtęższi do Antwerpji wraz z całą grupą zawodników polskich ze wszystkich gałęzi sportu.

W czasie tym projektowane są zawody kolarskie w różnych miastach Polski, między innemi biegi: Kraków-Lwów, Kraków-Warszawa, Kraków-Poznań, Warszawa-Poznań, Lwów-Warszawa i krótsze na 100—200 km.

My, jako Polacy, nie mogliśmy dotychczas brać oficjalnie udziału w igrzyskach olimpijskich. Wolne państwa i narody bliżej tu interesowane, nie tylko łożyły na ten cel bardzo znaczne fundusze, ale zwy-

ciężców w tych zawodach uważano za bohaterów narodowych.

Miejmy więc nadzieję, że teraz nasze wolne państwo i naród cały doceni należycie znaczenie tej pierwszej dla Polski Olimpjady i nietylko nie poskąpi potrzebnych funduszów, lecz okaże pełne zainteresowanie dla tej sprawy.

Jakie siły lekkoatletyczne polskie będą się trenować na Olimpjadę?

Gdy Szwecja liczy około 60 tys. lekkoatletów, Polska posiada ich dziś około 200. Rozumie się, że większość ich nawet pod najlepszym trenerem pracująca, nie będzie mogła dojść do wyników, któreby upoważniały do reprezentowania Rzeczypospolitej Polskiej na Olimpjadzie w Antwerpji. Z tego powodu wydział lekkoatletyczny musiał pilnie przejrzeć wyniki dzisiejszych lekkoatletów polskich, których by można przygotować do Olimpjady. Najsłynniejsi lekkoatleci polscy doby przedwojennej jak Ponurski, Kuchar, dziś już nie mogą być brani pod uwagę. Z doby wojennej zaś brano pod uwagę tylko pierwszorzędne polskie siły lekkoatletyczne. Aczkolwiek wydział z łatwo zrozumiałych powodów nie publikuje listy atletów, którzy rozpoczynają we Lwowie trening, jednak dowiadujemy się ubocznie, że Polski Kom. Igrz. Olimp. zwrócił się do władz wojskowych o jaknajszybsze przydzielenie do Lwowa następujących wojskowych głośnych rekordzistów: Zwycięzcę dziesięcioboju w Austrji i Małopolsce Tad. Pawłowskiego, obecnie będącego bez konkurencji; Wit. Wandrawscha, biegacza na średnią metę 800 m w 2 min. 10 sek., 1500 m w 4 min. 28 sek.; Stef. Zagórskiego, dto; Edw. Jakubowicza, bieg z płotkami w 17,4 sek. i skok w wyż z miejsca 136,5 cm; Rom. Stahla, sprintera w 100 m 11 sek. i 200 m 24 sek.; Kaźm. Micińskiego, poświęcającego się pięciobojowi; słynnego lekkoatletę »Pogoni« Kaźm. Cybulskiego, niezrównanego w skoku o tyczce 321 cm, dysku 37,04 i kuli 11,08; J. Barana, dziś niezwyciężonego w Polsce w biegach na krótką metę 800 m w 2 min. 2,4 sek.; B. Fabjana, po Ponurskim najlepszego biegacza polskiego na 200 m w 23,4 sek. i 400 m w 53,4 sek; warszawskiego sprintera J. Habicha, Sterbę, wybijającego się na czoło biegaczy na 200 i 400 m; Jerzego Micińskiego, stayera polskiego; największą gwiazdę polskiej lekkiej atletyki St. Sośnickiego, trjumfatora zaprzeszłorocznych zawodów warszawskich na zjeździe polskiego Towarzystwa sportowych i gimnastycznych skoków w dal z rozb. 6 m 79 cm, stumetrówka w 11 sek.; Götta, specjalistę w kuli i dysku, podobnie jak i Kirchnera, latawca niezrównanego w biegu 800 m w 9 min. 17 sek.; W. Gebethnera, sprintera warszawskiego; Szydłowskiego, mistrza oszczepu 48,44 m, kuli 11,03 m i dysku 37,71 m; Welichowskiego i Zagórskiego, polskich Maratończyków; Mrzygłockiego, 10 000 m w 35 min. 30 sek. i paru innych.

Oczywiście na Olimpjadę pojedzie część tylko: najlepsi.

Zawody lekkoatletyczne w miastach Polski.

Wydział lekkoatletyczny urządzi w szeregu miast polskich zawody dla propagandy sportowej. Wezmą w nich udział zawodnicy, trenujący się do reprezentowania Rzeczypospolitej Polskiej na Igrzyskach Olimpijskich w Antwerpji.

25. kwietnia bieg na przełaj »cross country« otwiera we Lwowie sezon lekkoatletyczny.

2. maja polscy lekkoatleci jadą na zawody do Poznania.

9. maja zmierzą się na zawodach w Łodzi.

13. maja zobaczy ich na zawodach Warszawa.

Wreszcie 16. maja odbędzie się meting lekkoatletyczny w Krakowie.

Zawody generalne o mistrzostwo Polski i wyłonienie reprezentacji Rzeczpospolitej na Olimpjadę odbędą się w końcu czerwca.

Zdumiewające rekordy wszechświatowe.

Szwecja, Finlandja i Ameryka będą królować na Olimpjadzie. Wyniki osięgane w tych krajach przechodzą ludzkie pojęcie. Meredith, zwycięzca 800 m w Sztokholmie, ustanowił w Bostonie rekord wszechświatowy na 400 m w 47,5 sek.; Myyrea, Finlandja, dał nowy rekord rzutu oszczepem 66 m. 10 cm. Rekord skoku w wyż z rozb. znów pobito. Wynosi on obecnie 2 m 03,4 cm.

Polska na specjalnych prawach?

Jak wiadomo, termin meldowania sportsmenów na Olimpjadę w Antwerpji (Belgja) upływa w maju rb. Termin ten dla Polski byłby niezmiernie niedogodny, jako za krótki. Z tego powodu — jak się dowiadujemy — dla reprezentantów Rzeczypospolitej udało się w porozumieniu z ambasadą belgijską i komitetem międzynarodowym uzyskać termin późniejszy — koniec czerwca.

Helge-Helgesson trenerem Polski w lekkiej atletyce.

Delegat Polskiego Komitetu Igrzysk Olimpijskich powrócił do Warszawy że Sztokholmu, gdzie jeździł zaangażować trenera. Między 9 ofertami zaakceptowano ofertę Helge-Helgessona, słynnego lekkoatlety szwedzkiego, mistrza południowo-zachodniej Szwecji w dziesięcioboju i w trójskoku. Trener przybył do Polski w połowie lutego. Zakontraktowano go na rok.

Wioślarstwo w Bydgoszczy.

Jak się dowiadujemy, wydział wioślarski Polskiego Komitetu Igrzysk Olimpijskich czyni starania, by osady polskie, przygotowujące się w wioślarstwie do Olimpjady w Antwerpji, odbywały trening w Bydgoszczy, gdzie znajduje się najlepszy w państwie polskiem tor wodny.

4 miljony.

Ostateczny budżet polskiego Komitetu Igrzysk Olimpijskich, łącznie z ekspedycją do Antwerpji, ustalono na 4 miljony marek polskich.

Wydatki, jakie będą związane z pierwszą reprezentacją Polski na Olimpjadzie Antwerpskiej, tem najbliższem święcie fizycznego odrodzenia ludzkości, sowicie się opłacą, gdyż stanie się to niewątpliwie bodźcem dla wszystkich towarzystw sportowych — dziś uśpionych — do wzmocnienia swej działalności sportowej, której nam Polakom tak bardzo potrzeba.

Nieco o grze w piłkę nożną.

Razem z rozwojem Sokolstwa polskiego na G. Śląsku, powinien kroczyć i postęp w dziedzinie gimnastyki, która jest, była i będzie najwyraźniejszem zadaniem Sokolstwa. Już choćby dlatego tylko nie możemy w przyszłości ominąć rodzaju gimnastyki, w którym inne narody, względnie inne dzielnice są daleko przed nami. Z drugiej strony, po ukończeniu wojny światowej szeregi nasze zolbrzymiały, i w tych szeregach znajdujemy nietylko sprawnych gimnastyków sprzętowych, lecz znajdują się także w nich całe zastępy zwolenników piłki nożnej. Dlatego też jest na czasie, ażeby w pojedyńczych gniazdach powstawały »oddziały piłki nożnej«, któreby poza ćwiczeniami dotychchczasowemi uprawiały grę w piłkę nożną. Nadmieniam, że oddziały takie mogą powstać najlepiej w »Sokole«, gdyż pierwszą cnotą gracza w piłkę nożną powinna być karność, a karności nigdy prawie nie można wychować w luźnych oddziałach, klubach itp., tylko w zwartej masie Sokolstwa, które stoi pod rozkazem Naczelnika. Powtóre, Sokolstwo polskie, jako jedyna organizacja gimnastyczna polska na G. Śląsku, powinna skupiać około siebie nietylko gimnastyków sprzętowych, ale i sportowców wszelkich innych gałęzi, a przedewszystkiem graczy w piłkę nożną. Z pewnością ten rodzaj sportu byłby u nas już dawniej zaprowadzony, gdyby nie okoliczności, wśród których się rozwijać musiało Sokolstwo na G. Śląsku.

Lecz nie o tem mam zamiar pisać, bo wszyscy dobrze znamy, przechodząc w ubiegłych latach los Sokoła-Górnoślązaka. Niejeden z naczelników gniazda byłby się chwycił wraz z swą drużyną piłki nożnej, lecz brakowało odpowiednich boisk i odpowiedniego podręcznika, gdyż trudno jest uczyć się czegoś ze słyszenia. Ażeby ostatniemu brakowi zapobiedz, pozwolę sobie podać poniżej pokrótce coś z historji rozwoju piłki nożnej. (W »Wieczorach ćwiczebnych« podamy regulamin i pewne wskazówki piłki nożnej). Jeżeli poniżej przytaczam tylko najważniejsze podstawy, to proszę uwzględnić, że przy grze w piłkę nożną jest tyle różnych sztuczek i przebiegłości, że za daleko doprowadziłoby w niniejszem szkicu wszystkie omawiać. Celem przyswojenia sobie takowych, polecam nowicjuszowi w pierwszej linji przyglądanie się rzeczywiście dobrym graczom. W niektórych kołach fachowych twierdzi się, że baczny i rozumny nowicjusz nauczy się przez przyglądanie się zawodom drużyny dobrze grającej daleko więcej, jak przez udział w grze z samymi nowicjuszami. Chociaż owego twierdzenia nie można pod każdym względem polecać, to jednakowoż dowodzi, jakie znaczenie przypisują koła fachowe bacznym obserwatorom.

Z dziejów sportu piłki nożnej.

Gra w piłkę nożną jest jedną z najstarszych igrzysk ruchowych, które świat cywilizowany wogóle posiada. Kolebka jej znajduje się w Anglji, gdzie ją już w 14. stuleciu uprawiano. Atoli aż do połowy ubiegłego stulecia nie była gra w piłkę nożną ściśle uregulowaną i nie było żadnych ścisłych przepisów, wedle których możnaby było grać piłką nożną. Z różnych rodzajów gry wyłoniły się nareszcie dwa rodzaje gry; zwolennicy ich stworzyli olbrzymie organizacje, gdzie uprawiano grę swego rodzaju. Te dwa rodzaje gry nazwano później grę »Rigby« i »Assocjacja«. Obydwa rodzaje liczą dziś jeszcze w Anglji tysiące zwolenników, podczas gdy w Europie (oprócz Anglji) i u nas w Polsce, gdzie grę w piłkę nożną zaprowadzono dopiero w drugiej połowie min. stulecia, przeważnie tylko drugi rodzaj gry z wymienionych znalazł najliczniejszych zwolenników. Największa różnica między obiema rodzajami jest ta, że podczas, gdy przy pierwszym wymienionym rodzaju gry także i ręce gracza odgrywają wielką rolę, to przy drugiem sposobie, oprócz jednego gracza, któremu się w tym względzie daje zupełną wolność, jest wszystkim innym grającym dotknięcie piłki rękami celem nacierania lub odparcia zasadniczo wzbronione.

O ogromnym rozwoju gry w piłkę nożną, a przedewszystkiem o rozwoju rodzaju gry »Assocjacji«, może tylko ten mieć pojęcie, kto się sam w tym ruchu znajduje. O tej grze chcę się w niniejszem rozwodzić. Jak już wspomniałem, jest Anglja kolebką tej gry; w Anglji też mamy jedynie graczy w piłkę nożną zawodowych. Na wielkie zawody o mistrzostwo ligowe lub o kielich Anglji (English Cup) wyjeżdża tyle zwolenników jako widzów na miejsce zawodów, że kolej zmuszona jest zwykle do udzielenia pociągów nadzwyczajnych. Przeciętna liczba widzów wynosi wtenczas conajmniej około 30 tysięcy. W zawodach o »kielich Anglji« w londyńskiem pałacu kryształowem brało w roku 1905 nie mniej jak 105 tysięcy widzów udział. U nas w Polsce niewątpliwie największemi placówkami piłki nożnej są Kraków i Lwów, lecz także i w Warszawie mamy dzielne drużyny piłki nożnej. Przedewszystkiem skrócenie czasu pracy powinno się przyczynić do tego, ażeby i u nas gimnastyka każdego rodzaju i kierunku doszła do największego rozkwitu między ludźmi pracy cielesnej.

Lecz jakie są powody, że naprzykład gra w piłkę nożną doszła do tak wielkiego rozkwitu? Dla tych, którzy o niej bardzo mało mają pojęcia, będzie dobrze, opisać grę takową. Grę w piłkę nożną urządza się na czworobocznem boisku (najlepiej łące) długości 100 i szerokości 60 metrów. Boisko ogrodzone bywa wapnem lub kredą, albo też odgradza je się przez wbicie chorągiewek. W środku linji wązkiej czworoboku znajdują się bramki, urządzone najczęściej z 2 palików wbitych w ziemię i jednej deski paliki łą-

czącą. (Dokładne rozmiary będą podane w »Wieczorach ćwiczebnych«). Przy zawodach stoją dwie partje naprzeciw, z których każda usiłuje przedostać piłkę do bramki przeciwnika i zarazem przeszkadza, ażeby piłka nie wpadła do własnej bramki. Oprócz gracza, który stoi przy bramce, t. zw. bramkowego, nie wolno żadnemu innemu graczowi dotknąć piłki rękami.

Dla czego więc gra w piłkę nożną zdobyła sobie i jeszcze zdobywa tyle zwolenników?

Gra w piłkę jest rodzajem gimnastyki, przy którym zwinność, siła nóg, wytrzymałość płuc i serca i zdecydowanie szybkie największą rolę odgrywają. Między swymi zwolennikami nie cierpi gra w piłkę nożną rozpieszczonych i tkliwych elementów, bezpośrednio sprawia uciechę walki i daje odczuwać chęć zwycięztwa w większej mierze, aniżeli inny rodzaj sportu. I któżby zechciał ganić naszą męską młodzież, która w takiej dziedzinie gimnastyki się kocha?

Ubranie drużyny piłki nożnej musi, — jak każde ubranie sportowe — posiadać cechę wszelkich swobód ruchów. Z mej strony polecałbym oddziałom piłkarzy w »Sokole« nasze koszulki ćwicz. i krótkie spodnie; dla odróżnienia partji w dwóch kolorach, białe, które w ostatnich czasach były dopuszczalne do zawodów przy ćwiczeniach ludowych na naszych zlotach i granatowe (krótkie). Materjału na spodnie używać najlepiej z trykotu. Pasek jak do innych ćwiczeń, sokoli. Największą wagę kłaść się powinno na obuwie. Używać należy mocno zbudowanych trzewików do sznurowania, które często należy smarować. Podeszwy mogą być podkute, lecz tylko skórą, tak samo należy używać gwoździ z płaskimi główkami. Podkówki są niedozwolone. Ubranie przepisowe używać można także przy chłodniejszem powietrzu. Po zakończeniu gry należy zaraz wziąć zarzutkę. Jedynie bramkowy, który czasem stoi dłużej nieczynny, może się ubrać w czasie zimowym cokolwiek cieplej. *St. M.*

Wspomnienia pośmiertne.

Dnia 5. lutego zmarła po krótkiej, lecz ciężkiej chorobie nasza druhna śp. Joanna Skowronkówna. W zmarłej utraciło nasze gniazdo dzielną i wzorową sokolicę. Niech nazwisko jej będzie dla wszystkich druhiń i druhów naszego gniazda pamięci godne, a życie jej wzorem spełnienia obowiązku aż do ostatniej chwili. Ziemia śląska, którą tak ukochała, niechaj lekką jej będzie. Cześć jej pamięci!

»Sokół« w Knurowie.

Gniazdo w Tarn. Górach utraciło przez śmierć jedną z najlepszych swych druhiń. Dnia 6. lutego rb. zmarła druhna śp. Marta Talagówna. Dzień przed śmiercią brała zmarła jeszcze udział w odegraniu teatru polskiego, kochając sprawę narodową całem sercem. Niech jej ziemia nasza polska będzie lekką. Gniazdo Tarn. Góry zasyła zmarłej swej druhnie ostatnie: »Czołem!«

Członek »Sokoła« w Lipinach, śp. Jan Widuch zmarł dnia 23. lutego br. po długich cierpieniach. Licząc dopiero 16 lat, był mimo młodości swej jednym z tych druhów, którzy »Sokoła« pokochali całem sercem. Kiedy mu w szpitalu mówiono, że »Sokół« urządza zebranie lub ćwiczenia, łzy mu stanęły w oczach, iż nie mógł brać w nich udziału. Nazwisko jego druhowie i druhny »Sokoła« lipińskiego będą z czcią wspominali. Pamięci jego cześć!

Gniazdo w Wyrach poniosło dotkliwą stratę przez śmierć jednego z najlepszych druhów. Sp. Ludwik Bańka zmarł po krótkich cierpieniach. Gniazdo w Wyrach pokładało w zmarłym członku duże nadzieje. Opatrzność jednak pokierowała inaczej. Drużyna sokola nie zapomni o nim!

Dnia 25. lutego zmarł po krótkiej, lecz ciężkiej chorobie druh Franciszek Sobczyk, członek »Sokoła« w Brzezinach, licząc lat 16. Zmarły, chociaż w młodym dopiero wieku, uczęszczał pilnie na ćwiczenia i brał żywy udział w sprawach narodowych. Cześć jego pamięci!

Kalendarzyk zebrań, ćwiczeń itd.

Poświęcenie sztandarów: Dnia 25. kwietnia „Sokół” w Łagiewnikach; dnia 2. maja „Sokół” w Brzezinach i „Sokół” w Gliwicach; dnia 9. maja „Sokół” w Brzozowicach; dnia 13. maja „Sokół” w Orzegowie; dnia 16. maja „Sokół” Katowice i „Sokół” Kat. Hałda (razem z drugiemi towarzystwami); dnia 30. maja „Sokół” w Załężu (razem z Z. Z. P.); dnia 20. czerwca „Sokół” w Dębie-Józefowcu (razem z drugiemi towarzystwami) „Sokół” Lipiny dn. 6. czerwca (nie 13. czerwca); dnia 16 maja „Sokół” w Szarleju. Bratnie gniazda i towarzystwa uprasza się brać udział w wyżej wymienionych uroczystościach.

Chropaczów. Ćwiczenia dla druhów odbywają się w wtorki i piątki od 7—9 wiecz., dla druhin w te same dni od godz. 6—7 wieczorem w ćwiczni (Turnhalle).

Miejska Dąbrowa. Ćwiczenia dla druhów odbywają się w czwartki od 7—9 wieczorem i w niedziele od 3—5 po połud. w lokalu p. Krusa. Do jak najliczniejszego udziału wzywa się.

Brzeziny. Ćwiczenia dla druhów odbywają się w poniedziałki i czwartki na sali p. Jankowskiego od godz. 5—9 wieczorem. Zebranie „Sokoła” odbywa się każdą niedzielę po 15. każdego miesiąca.

Szombierki. Lekcje ćwiczeń odbywają się dla druhów w wtorki i piątki od 7—9 wieczorem, dla druhiń w środy od 7—9 wieczorem, dla oddziału młodzieży (chłopcy) w środy od 5—7 wieczorem, (dziewczęta) w wtorki od 5—7 wieczorem. Pozatem grono przodowników i przodowniczek odbywa ćwiczenia w soboty od 6—9 wiecz.

Radzionków. Zebrania miesięczne „Sokoła” odbywają się w każdą trzecią niedzielę miesiąca; ćwiczenia druhów w środy i soboty od godz. 6 wieczorem, ćwiczenia druhiń w poniedziałki i czwartki od godz. 6 wiecz. w lokalu p. Nowaka. Kurs nauki polskiej odbywa się w lokalu p. Langra.

Gierałtowice. Lekcje ćwiczeń odbywają się w wtorki i czwartki od godz. 6 wieczorem na sali p. Draga.

Nakładem Związku Sokołów Polskich Dzielnicy Śląskiej, reprezentowanej przez Wydział Dzielnicowy. — Redaktor odpowiedzialny: A. Swider z Lipin G.-Sl. — Drukiem »Katolika«, sp. wyd. z ogr. odp. w Bytomiu.